

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Grabiszyńska		
Sniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
piątek 2024-04-12 Dieta: GR. DIETA WYSOKOBIAŁKOWA VII		
Makaron na mleku 300ml (GLU, JAJ, MLE), Kawa inka z mlekiem 125ml (MLE), Herbata owocowa 125ml (GLU, SOJ, SEL, GOR), Pieczywo pszenno-żytnie H 100g (GLU, JAJ, MLE, *), Masło ex 20g (MLE), Jajko gotowane m 1 szt. (JAJ), Szyńska gotowana 30g (SEL, GOR), Twaróg krojony 50g (MLE), Sałata ziel. 20g , Pomidor 60g , Banan 1 szt. ,	Krupnik z ziel. pietruszką 400ml (GLU, MLE, SEL, *), Ryba w sosie selerowo- pietruszkowym 80/120 (GLU, RYB, SEL), Ziemniaczanka z ziel. pietruszką 400ml (GLU, MLE, SEL, *), Buraczki z jabłkiem z olejem gotowane 150g , Kompot owocowy 250ml ,	Pieczywo pszenno-żytnie H 100g (GLU, JAJ, MLE, *), Herbata 250ml b/c , Masło ex 20g (MLE), Polędwica drobiowa 50g (SOJ, *), Hummus 55g (1/2) (SEL, GOR, *), Serek kanapkowy śmietankowy 50g (MLE), Pomidor 60g , Sałata ziel. 20g , Posiłek nocny: Serek wiejski 200g (MLE), Dżem 1 szt. 25g ,
Wartości odżywcze: Energia: 2704.53 kcal; Energia: 11954.09 kJ; Białko ogółem: 121.09 g; białko zwierzęce: 126.86 g; białko roślinne: 34.48 g; Tłuszcz: 87.15 g; Węglowodany ogółem: 378.65 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 45.20 g; Sód: 2094.77 mg; Potas: 5835.47 mg; Wapń: 836.28 mg; Fosfor: 2083.36 mg; Błonnik pokarmowy: 34.16 g; suma cukrów prostych: 85.69 g; Woda: 1584.20 g; Popiół: 20.23 g;		
piątek 2024-04-12 Dieta: GR. DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW VII		
Kawa inka z mlekiem 125ml (MLE), Herbata owocowa 125ml (GLU, SOJ, SEL, GOR), Makaron na mleku 300ml (GLU, JAJ, MLE), Pieczywo graham H 100g (GLU, MLE, *), Masło ex 20g (MLE), Jajko gotowane m 1 szt. (JAJ), Szyńska gotowana 30g (SEL, GOR), Pomidor 60g , Sałata ziel. 20g , Banan 1 szt. , II Śniadanie: Budyń waniliowy B/C 200ml (GLU, JAJ, MLE, SEL, GOR, *),	Krupnik z ziel. pietruszką 400ml (GLU, MLE, SEL, *), Ryba w sosie selerowo- pietruszkowym 80/120 (GLU, RYB, SEL), Ziemniaczanka z ziel. pietruszką 400ml (GLU, MLE, SEL, *), Jarzynka po grecku 75g (GLU, SEL, *), Buraczki z jabłkiem z olejem gotowane 75g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata H 250ml , Pieczywo graham H 100g (GLU, MLE, *), Masło ex 20g (MLE), Polędwica drobiowa 50g (SOJ, *), Hummus 55g (1/2) (SEL, GOR, *), Ogórek św. 60g , Sałata ziel. 20g , Posiłek nocny: Serek wiejski 200g (MLE),
Wartości odżywcze: Energia: 2496.00 kcal; Energia: 11152.67 kJ; Białko ogółem: 115.19 g; białko zwierzęce: 122.76 g; białko roślinne: 30.18 g; Tłuszcz: 89.85 g; Węglowodany ogółem: 323.27 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 43.79 g; Sód: 1509.18 mg; Potas: 5781.07 mg; Wapń: 869.24 mg; Fosfor: 2029.15 mg; Błonnik pokarmowy: 34.91 g; suma cukrów prostych: 86.26 g; Woda: 1566.48 g; Popiół: 18.72 g;		
piątek 2024-04-12 Dieta: GR. DIETA PLYNNA IIIII		
Kasza manna na mleku w proszku z masłem i żółtkiem 500ml (GLU, JAJ, MLE), Kawa inka z mlekiem 125ml (MLE), Herbata owocowa 125ml (GLU, SOJ, SEL, GOR), II Śniadanie: Budyń waniliowy 200ml (GLU, JAJ, MLE, SEL, GOR, *),	Krupnik z ziel. pietruszką 400ml (GLU, MLE, SEL, *),	Zupa jarzynowa z mięsem i żółtkiem 500ml (JAJ, SEL), Posiłek nocny: Suchary z herbatą 150ml (GLU, JAJ, MLE, *),
Wartości odżywcze: Energia: 1386.29 kcal; Energia: 5714.46 kJ; Białko ogółem: 66.74 g; białko zwierzęce: 50.18 g; białko roślinne: 13.60 g; Tłuszcz: 59.62 g; Węglowodany ogółem: 187.67 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 23.37 g; Sód: 786.32 mg; Potas: 3249.58 mg; Wapń: 1043.91 mg; Fosfor: 1523.16 mg; Błonnik pokarmowy: 13.94 g; suma cukrów prostych: 45.67 g; Woda: 803.41 g; Popiół: 11.49 g;		
piątek 2024-04-12 Dieta: GR. DIETA APLAZYJNA B/LAKTOZY IIII		
Makaron na mleku b/lakt 300ml (GLU, JAJ, MLE), Kawa inka z mlekiem b/lakt 125ml , Herbata owocowa 125ml (GLU, SOJ, SEL, GOR), Pieczywo pszenno-żytnie H 50g (GLU, JAJ, MLE, *), Pieczywo graham H 50g (GLU, MLE, *), Masło ex 20g (MLE), Jajko gotowane m 1 szt. (JAJ), Szyńska gotowana 30g (SEL, GOR), Papryka św. 80g , Banan 1 szt. ,	Krupnik z ziel. pietruszką 400ml (GLU, MLE, SEL, *), Ryba w sosie selerowo- pietruszkowym 80/120 (GLU, RYB, SEL), Ziemniaczanka z ziel. pietruszką 400ml (GLU, MLE, SEL, *), Buraczki z jabłkiem z olejem gotowane 150g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata H 250ml , Pieczywo pszenno-żytnie H 50g (GLU, JAJ, MLE, *), Pieczywo graham H 50g (GLU, MLE, *), Masło ex 20g (MLE), Polędwica drobiowa 50g (SOJ, *), Ogórek św. 80g b/skórki , Hummus 55g (1/2) (SEL, GOR, *), Posiłek nocny: Serek wiejski b/lakt 200g (MLE), Dżem 1 szt. 25g ,
Wartości odżywcze: Energia: 2523.08 kcal; Energia: 11206.24 kJ; Białko ogółem: 106.65 g; białko zwierzęce: 110.91 g; białko roślinne: 33.49 g; Tłuszcz: 83.26 g; Węglowodany ogółem: 339.62 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 41.55 g; Sód: 1636.02 mg; Potas: 5479.77 mg; Wapń: 661.73 mg; Fosfor: 1848.46 mg; Błonnik pokarmowy: 33.69 g; suma cukrów prostych: 93.19 g; Woda: 1420.34 g; Popiół: 17.97 g;		


Urszula Przepióra
dietytyk kliniczny

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Grabiszyńska		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
sobota 2024-04-13 Dieta: GR. DIETA PODSTAWOWA II		
Pł. owsiane na mleku 300ml (GLU, MLE), Kakao 125ml (MLE), Herbata owocowa 125ml (GLU, SOJ, SEL, GOR), Bułka pszenna 100g, Masło ex 20g (MLE), Jajecznica 100g (JAJ, MLE), Pomidor 80g, Pomarańcza 1 szt. ,	Barszcz biały z ziemniakami i ziel. pietruszką 400ml (GLU, JAJ, MLE, SEL, *), Leczo z kurczakiem 200g H (GLU, SEL), Ryż na sypko gotowany 150g, Sałata ze śmietaną (MLE), Jarzynka po grecku 75g (GLU, SEL, *), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata H 250ml, Pieczywo pszenno-żytnie H 50g (GLU, JAJ, MLE, *), Pieczywo graham H 50g (GLU, MLE, *), Masło ex 20g (MLE), Twarożek z burakiem 100g (MLE), Papryka św. 60g, Sałata ziel. 20g, Posiłek nocny: Hummus 55g (1/2) (SEL, GOR, *), Rogalik ,
Wartości odżywcze: Energia: 2429.46 kcal; Energia: 8901.47 kJ; Białko ogółem: 87.44 g; białko zwierzęce: 47.03 g; białko roślinne: 26.21 g; Tłuszcz: 83.70 g; Węglowodany ogółem: 330.74 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 36.40 g; Sód: 961.54 mg; Potas: 3694.63 mg; Wapń: 801.69 mg; Fosfor: 1489.63 mg; Błonnik pokarmowy: 28.99 g; suma cukrów prostych: 68.66 g; Woda: 1321.00 g; Popiół: 13.47 g;		
sobota 2024-04-13 Dieta: GR. DIETA ŁATWOSTRWA III		
Pł. owsiane na mleku 300ml (GLU, MLE), Kawa inka z mlekiem 125ml (MLE), Herbata owocowa 125ml (GLU, SOJ, SEL, GOR), Bułka pszenna 100g, Masło ex 20g (MLE), Jajecznica 100g (JAJ, MLE), Pomidor 80g, Pomarańcza 1 szt. ,	Barszcz biały z ziemniakami i ziel. pietruszką 400ml (GLU, JAJ, MLE, SEL, *), Leczo z kurczakiem 200g H (GLU, SEL), Ryż na sypko gotowany 150g, Sałata ze śmietaną (MLE), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata H 250ml, Pieczywo pszenno-żytnie H 50g (GLU, JAJ, MLE, *), Pieczywo graham H 50g (GLU, MLE, *), Masło ex 20g (MLE), Twarożek z burakiem 100g (MLE), Sałata ziel. 20g, Pomidor 60g, Posiłek nocny: Hummus 55g (1/2) (SEL, GOR, *), Rogalik ,
Wartości odżywcze: Energia: 2245.61 kcal; Energia: 8194.18 kJ; Białko ogółem: 81.02 g; białko zwierzęce: 44.93 g; białko roślinne: 21.89 g; Tłuszcz: 76.11 g; Węglowodany ogółem: 313.84 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 34.99 g; Sód: 897.22 mg; Potas: 3164.66 mg; Wapń: 715.83 mg; Fosfor: 1366.12 mg; Błonnik pokarmowy: 24.05 g; suma cukrów prostych: 60.13 g; Woda: 1206.80 g; Popiół: 12.02 g;		
sobota 2024-04-13 Dieta: GR. DIETA ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU IIA		
Pł. owsiane na mleku 300ml (GLU, MLE), Kakao 125ml (MLE), Herbata owocowa 125ml (GLU, SOJ, SEL, GOR), Bułka pszenna 100g, Masło ex 15g (MLE), Jajecznica 100g (JAJ, MLE), Pomidor 80g, Banan 1 szt. ,	Barszcz biały z ziemniakami i ziel. pietruszką 400ml (GLU, JAJ, MLE, SEL, *), Leczo z kurczakiem 200g H (GLU, SEL), Ryż na sypko gotowany 150g, Sałata ze śmietaną (MLE), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata H 250ml, Pieczywo pszenne H 100g (GLU, JAJ, MLE, *), Masło ex 15g (MLE), Twarożek z burakiem 100g (MLE), Sałata ziel. 20g, Pomidor 60g, Posiłek nocny: Hummus 55g (1/2) (SEL, GOR, *), Rogalik ,
Wartości odżywcze: Energia: 2385.35 kcal; Energia: 8848.06 kJ; Białko ogółem: 86.94 g; białko zwierzęce: 46.15 g; białko roślinne: 26.58 g; Tłuszcz: 73.22 g; Węglowodany ogółem: 318.26 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 32.20 g; Sód: 981.30 mg; Potas: 3505.98 mg; Wapń: 700.36 mg; Fosfor: 1388.84 mg; Błonnik pokarmowy: 21.63 g; suma cukrów prostych: 76.67 g; Woda: 1163.57 g; Popiół: 12.69 g;		
sobota 2024-04-13 Dieta: GR. DIETA ŁATWOSTR.Z OGR. SUBS. POBUDZ. WYDZ. SOKU ŻOŁĄDKOWEGO IIB		
Pł. owsiane na mleku 300ml (GLU, MLE), Kakao 125ml (MLE), Herbata owocowa 125ml (GLU, SOJ, SEL, GOR), Bułka pszenna 100g, Masło ex 15g (MLE), Jajecznica 100g (JAJ, MLE), Pomidor 80g, Banan 1 szt. , II Śniadanie: Sok Kubaś 1 szt. 300ml ,	Barszcz biały z ziemniakami i ziel. pietruszką 400ml (GLU, JAJ, MLE, SEL, *), Leczo z kurczakiem 200g H (GLU, SEL), Ryż na sypko gotowany 150g, Sałata ze śmietaną (MLE), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata H 250ml, Pieczywo pszenne H 100g (GLU, JAJ, MLE, *), Masło ex 15g (MLE), Twarożek z burakiem 100g (MLE), Pomidor 60g, Sałata ziel. 20g, Posiłek nocny: Hummus 55g (1/2) (SEL, GOR, *), Rogalik ,
Wartości odżywcze: Energia: 2511.35 kcal; Energia: 8993.65 kJ; Białko ogółem: 88.14 g; białko zwierzęce: 46.15 g; białko roślinne: 26.85 g; Tłuszcz: 73.82 g; Węglowodany ogółem: 345.56 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 32.26 g; Sód: 984.30 mg; Potas: 3585.39 mg; Wapń: 709.18 mg; Fosfor: 1396.78 mg; Błonnik pokarmowy: 22.51 g; suma cukrów prostych: 83.64 g; Woda: 1242.36 g; Popiół: 12.78 g;		
sobota 2024-04-13 Dieta: GR. DIETA WYSOKOBIAŁKOWA IVI		
Pł. owsiane na mleku 300ml (GLU, MLE), Kakao 125ml (MLE), Herbata owocowa 125ml (GLU, SOJ, SEL, GOR), Bułka pszenna 100g, Masło ex 20g (MLE), Szyunka drobiowa 50g, Jajecznica 100g (JAJ, MLE), Sałata ziel. 20g, Pomidor 80g, Banan 1 szt. ,	Barszcz biały z ziemniakami i ziel. pietruszką 400ml (GLU, JAJ, MLE, SEL, *), Leczo z kurczakiem 200g H (GLU, SEL), Ryż na sypko gotowany 150g, Sałata ze śmietaną (MLE), Kompot owocowy 250ml ,	Pieczywo pszenno-żytnie H 100g (GLU, JAJ, MLE, *), Herbata 250ml b/c, Masło ex 20g (MLE), Twarożek z burakiem 100g (MLE), schab z kotła 50g (MLE, *), Sałata ziel. 20g, Pomidor 60g, Posiłek nocny: Hummus 55g (1/2) (SEL, GOR, *), Rogalik ,
Wartości odżywcze: Energia: 2465.66 kcal; Energia: 9249.70 kJ; Białko ogółem: 97.01 g; białko zwierzęce: 57.12 g; białko roślinne: 25.68 g; Tłuszcz: 80.59 g; Węglowodany ogółem: 303.38 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 39.47 g; Sód: 1469.46 mg; Potas: 3742.45 mg; Wapń: 713.19 mg; Fosfor: 1513.45 mg; Błonnik pokarmowy: 23.55 g; suma cukrów prostych: 61.26 g; Woda: 1232.54 g; Popiół: 13.73 g;		

Urszula Przepióra
dietyk kliniczny

Jadłospisy dla oddziałów


Oddział: Szpital Grabiszyńska		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczerek	Kolacja Posiłek nocny
sobota 2024-04-13		
Dieta: GR. DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW VII		
Kawa inka z mlekiem 125ml (MLE), Herbata owocowa 125ml (GLU, SOJ, SEL, GOR), Pł. owsiane na mleku 300ml (GLU, MLE), Bułka grahamka 100g, Masło ex 20g (MLE), Jajecznicza 100g (JAJ, MLE), Pomidor 80g, Pomarańcza 1 szt., II Śniadanie: Kisiel owocowy B/C 200ml (*),	Barszcz biały z ziemniakami i ziel. pietruszką 400ml (GLU, JAJ, MLE, SEL, *), Leczo z kurczakiem 200g H (GLU, SEL), Ryż na sypko gotowany 150g, Sałata ze śmietaną (MLE), Surówka z kapusty mix 75g, Kompot owocowy 250ml,	Herbata H 250ml, Pieczywo graham H 100g (GLU, MLE, *), Masło ex 20g (MLE), Twarożek z burakiem 100g (MLE), Papryka św. 60g, Sałata ziel. 20g, Posiłek nocny: Hummus 55g (1/2) (SEL, GOR, *), Rogalik,
Wartości odżywcze: Energia: 2297.96 kcal; Energia: 8401.08 kJ; Białko ogółem: 85.61 g; białko zwierzęce: 44.90 g; białko roślinne: 24.08 g; Tłuszcz: 81.52 g; Węglowodany ogółem: 309.65 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 35.32 g; Sód: 805.57 mg; Potas: 3524.81 mg; Wapń: 795.18 mg; Fosfor: 1424.67 mg; Błonnik pokarmowy: 28.71 g; suma cukrów prostych: 64.73 g; Woda: 1350.13 g; Popiół: 13.10 g;		
sobota 2024-04-13		
Dieta: GR. DIETA PŁYNNA IIIII		
Kasza manna na mleku w proszku z masłem i żółtkiem 500ml (GLU, JAJ, MLE), II Śniadanie: Kisiel owocowy 200ml (*),	Barszcz biały miksowany z masłem, mięsem i żółtkiem 1000ml (GLU, JAJ, MLE, SEL, *),	Zupa jarzynowa z mięsem i żółtkiem 500ml (JAJ, SEL), Posiłek nocny: Suchary z mlekiem 150ml (GLU, JAJ, MLE, *),
Wartości odżywcze: Energia: 1386.38 kcal; Energia: 5703.85 kJ; Białko ogółem: 68.51 g; białko zwierzęce: 50.64 g; białko roślinne: 12.49 g; Tłuszcz: 59.50 g; Węglowodany ogółem: 169.18 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 25.06 g; Sód: 883.65 mg; Potas: 3386.90 mg; Wapń: 959.80 mg; Fosfor: 1610.05 mg; Błonnik pokarmowy: 13.60 g; suma cukrów prostych: 36.41 g; Woda: 833.88 g; Popiół: 12.01 g;		
sobota 2024-04-13		
Dieta: GR. DIETA APLAZYJNA B/LAKTOZY IIII		
Pł. owsiane na mleku b/lakt 300ml (GLU, MLE), Kakao na mleku b/lak 125 ml (MLE), Herbata owocowa 125ml (GLU, SOJ, SEL, GOR), Bułka pszenna 100g, Masło ex 20g (MLE), Jajecznicza 100g (JAJ, MLE), Pomidor 80g b/skórki, Banan 1 szt.,	Barszcz biały z ziemniakami i ziel. pietruszką 400ml (GLU, JAJ, MLE, SEL, *), Leczo z kurczakiem 200g H (GLU, SEL), Ryż na sypko gotowany 150g, Fasolka szparagowa 150g (ŁUB), Kompot owocowy 250ml,	Herbata H 250ml, Pieczywo graham H 50g (GLU, MLE, *), Pieczywo pszenno-żytnie H 50g (GLU, JAJ, MLE, *), Masło ex 20g (MLE), Twarożek z burakiem 100g (MLE), Papryka św. 80g, Posiłek nocny: Hummus 55g (1/2) (SEL, GOR, *), Rogalik,
Wartości odżywcze: Energia: 2370.40 kcal; Energia: 8798.31 kJ; Białko ogółem: 89.58 g; białko zwierzęce: 46.76 g; białko roślinne: 28.62 g; Tłuszcz: 77.75 g; Węglowodany ogółem: 303.87 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 35.34 g; Sód: 903.20 mg; Potas: 3740.53 mg; Wapń: 756.66 mg; Fosfor: 1449.84 mg; Błonnik pokarmowy: 28.11 g; suma cukrów prostych: 75.71 g; Woda: 1230.38 g; Popiół: 12.95 g;		

Dietetyk

Urszula Przepióra
dietetyk kliniczny

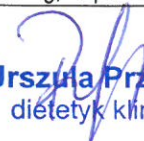
Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Grabiszyńska		
Sniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
niedziela 2024-04-14 Dieta: GR. DIETA PODSTAWOWA II		
Kasza kukurydza na mleku 300ml (MLE), Kawa inka z mlekiem 125ml (MLE), Herbata owocowa 125ml (GLU, SOJ, SEL, GOR), Pieczywo pszenno-żytnie H 50g (GLU, JAJ, MLE, *), Pieczywo graham H 50g (GLU, MLE, *), Masło ex 20g (MLE), Serek grani 50g (MLE), Polędwica sopocka 50g (GLU, MLE, *), Papryka kons. 50g (GOR), Sałata ziel. 20g, Jabłko des. 1 szt. ,	Rosół z zacierką i ziel. pietruszką 400ml (GLU, SEL, *), Udko opiekane 130g, Ziemniaki gotowane 200g, Surówka z marchwi i jabłka 75g (MLE), Sałatka z ogórka kiszzonego z marchewką i czerwoną fasolą 75g, Kompot owocowy 250ml ,	Herbata H 250ml, Pieczywo pszenno-żytnie H 50g (GLU, JAJ, MLE, *), Pieczywo graham H 50g (GLU, MLE, *), Masło ex 20g (MLE), Pasta z jaja i wędliny 100g (JAJ, MLE), Ogórek św. 60g, Sałata ziel. 20g , Posiłek nocny: Mus owocowy 200g, Herbatniki 1opak (5szt) (GLU, MLE, S02, *),
Wartości odżywcze: Energia: 2449.09 kcal; Energia: 9045.34 kJ; Białko ogółem: 94.82 g; białko zwierzęce: 78.83 g; białko roślinne: 29.82 g; Tłuszcz: 80.33 g; Węglowodany ogółem: 289.38 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 35.44 g; Sód: 2275.87 mg; Potas: 3813.74 mg; Wapń: 621.60 mg; Fosfor: 1673.74 mg; Błonnik pokarmowy: 25.35 g; suma cukrów prostych: 63.34 g; Woda: 1321.85 g; Popiół: 15.18 g;		
niedziela 2024-04-14 Dieta: GR. DIETA ŁATWOSTRWA III		
Kasza kukurydza na mleku 300ml (MLE), Kawa inka z mlekiem 125ml (MLE), Herbata owocowa 125ml (GLU, SOJ, SEL, GOR), Pieczywo pszenno-żytnie H 50g (GLU, JAJ, MLE, *), Pieczywo graham H 50g (GLU, MLE, *), Masło ex 20g (MLE), Polędwica sopocka 50g (GLU, MLE, *), Serek grani 50g (MLE), Sałata ziel. 20g, Pomidor 60g, Jabłko des. 1 szt. ,	Rosół z zacierką i ziel. pietruszką 400ml (GLU, SEL, *), Udko w sosie potrawkowym duszone 130/120 (GLU, MLE, SEL), Ziemniaki gotowane 200g, Surówka z marchwi i jabłka 150g (MLE), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata H 250ml, Pieczywo pszenno-żytnie H 50g (GLU, JAJ, MLE, *), Pieczywo graham H 50g (GLU, MLE, *), Masło ex 20g (MLE), Pasta z jaja i wędliny 100g (JAJ, MLE), Pomidor 60g, Sałata ziel. 20g , Posiłek nocny: Mus owocowy 200g, Herbatniki 1opak (5szt) (GLU, MLE, S02, *),
Wartości odżywcze: Energia: 2476.94 kcal; Energia: 9033.85 kJ; Białko ogółem: 90.68 g; białko zwierzęce: 78.85 g; białko roślinne: 28.07 g; Tłuszcz: 76.15 g; Węglowodany ogółem: 315.49 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 36.02 g; Sód: 1792.29 mg; Potas: 4147.04 mg; Wapń: 632.44 mg; Fosfor: 1642.55 mg; Błonnik pokarmowy: 27.06 g; suma cukrów prostych: 65.82 g; Woda: 1361.91 g; Popiół: 14.18 g;		
niedziela 2024-04-14 Dieta: GR. DIETA ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU IIA		
Kasza kukurydza na mleku 300ml (MLE), Kawa inka z mlekiem 125ml (MLE), Herbata owocowa 125ml (GLU, SOJ, SEL, GOR), Pieczywo pszenne H 100g (GLU, JAJ, MLE, *), Masło ex 15g (MLE), Polędwica sopocka 50g (GLU, MLE, *), Serek grani 50g (MLE), Sałata ziel. 20g, Pomidor 60g, Jabłko gotowane 1 szt. ,	Rosół z zacierką i ziel. pietruszką 400ml (GLU, SEL, *), Udko w sosie potrawkowym duszone 130/120 (GLU, MLE, SEL), Ziemniaki gotowane 200g, Surówka z marchwi i jabłka 150g (MLE), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata H 250ml, Pieczywo pszenne H 100g (GLU, JAJ, MLE, *), Masło ex 15g (MLE), Pasta z jaja i wędliny 100g (JAJ, MLE), Pomidor 60g, Sałata ziel. 20g , Posiłek nocny: Mus owocowy 200g, Herbatniki 1opak (5szt) (GLU, MLE, S02, *),
Wartości odżywcze: Energia: 2634.54 kcal; Energia: 9694.05 kJ; Białko ogółem: 94.57 g; białko zwierzęce: 78.10 g; białko roślinne: 32.71 g; Tłuszcz: 74.39 g; Węglowodany ogółem: 350.68 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 33.10 g; Sód: 1944.59 mg; Potas: 4136.44 mg; Wapń: 634.24 mg; Fosfor: 1606.25 mg; Błonnik pokarmowy: 24.36 g; suma cukrów prostych: 68.72 g; Woda: 1373.59 g; Popiół: 14.25 g;		
niedziela 2024-04-14 Dieta: GR. DIETA ŁATWOSTR.Z OGR. SUBS. POBUDZ. WYDZ. SOKU ŻOŁĄDKOWEGO IIB		
Kasza kukurydza na mleku 300ml (MLE), Kawa inka z mlekiem 125ml (MLE), Herbata owocowa 125ml (GLU, SOJ, SEL, GOR), Pieczywo pszenne H 100g (GLU, JAJ, MLE, *), Masło ex 15g (MLE), Polędwica sopocka 50g (GLU, MLE, *), Serek grani 50g (MLE), Sałata ziel. 20g, Pomidor 60g, Jabłko gotowane 1 szt. , II Śniadanie: Budyń waniliowy 200ml (GLU, JAJ, MLE, SEL, GOR, *),	Rosół z zacierką i ziel. pietruszką 400ml (GLU, SEL, *), Udko w sosie potrawkowym duszone 130/120 (GLU, MLE, SEL), Ziemniaki gotowane 200g, Surówka z marchwi i jabłka 150g (MLE), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata H 250ml, Pieczywo pszenne H 100g (GLU, JAJ, MLE, *), Masło ex 15g (MLE), Pasta z jaja i wędliny 100g (JAJ, MLE), Sałata ziel. 20g, Pomidor 60g , Posiłek nocny: Mus owocowy 200g, Herbatniki 1opak (5szt) (GLU, MLE, S02, *),
Wartości odżywcze: Energia: 2797.27 kcal; Energia: 10468.53 kJ; Białko ogółem: 108.62 g; białko zwierzęce: 92.10 g; białko roślinne: 32.76 g; Tłuszcz: 78.41 g; Węglowodany ogółem: 375.86 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 35.50 g; Sód: 2033.10 mg; Potas: 4415.97 mg; Wapń: 874.15 mg; Fosfor: 1782.03 mg; Błonnik pokarmowy: 24.40 g; suma cukrów prostych: 85.58 g; Woda: 1551.11 g; Popiół: 15.68 g;		


Urszula Frzepióra
dietetyk kliniczny

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Grabiszyńska		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
niedziela 2024-04-14		
Dieta: GR. DIETA WYSOKOBIAŁKOWA VII		
Kasza kukurydza na mleku 300ml (MLE), Kawa inka z mlekiem 125ml (MLE), Herbata owocowa 125ml (GLU, SOJ, SEL, GOR), Pieczywo pszenno-żytnie H 100g (GLU, JAJ, MLE, *), Masło ex 20g (MLE), Polędwica sopocka 50g (GLU, MLE, *), Serek grani 50g (MLE), Paszтет drobiowy 50g - 1/3 szt. (GLU, SOJ, MLE), Sałata ziel. 20g, Pomidor 60g, Jabłko des. 1 szt. ,	Rosół z zacierką i ziel. pietruszką 400ml (GLU, SEL, *), Udko w sosie potrawkowym duszone 130/120 (GLU, MLE, SEL), Ziemniaki gotowane 200g, Surówka z marchwi i jabłka 150g (MLE), Kompot owocowy 250ml ,	Pieczywo pszenno-żytnie H 100g (GLU, JAJ, MLE, *), Herbata 250ml b/c, Masło ex 20g (MLE), Pasta z jaja i wędliny 100g (JAJ, MLE), Ser żółty 50g (MLE), Pomidor 60g, Sałata ziel. 20g, Posiłek nocny: Mus owocowy 200g, Herbatniki 1opak (5szt) (GLU, MLE, S02, *),
Wartości odżywcze: Energia: 2763.49 kcal; Energia: 10547.09 kJ; Białko ogółem: 100.98 g; białko zwierzęce: 95.88 g; białko roślinne: 31.66 g; Tłuszcz: 87.34 g; Węglowodany ogółem: 333.78 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 43.61 g; Sód: 2790.42 mg; Potas: 4274.81 mg; Wapń: 1071.12 mg; Fosfor: 1953.94 mg; Błonnik pokarmowy: 27.27 g; suma cukrów prostych: 51.85 g; Woda: 1435.53 g; Popiół: 17.98 g;		
niedziela 2024-04-14		
Dieta: GR. DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW VII		
Kasza kukurydza na mleku 300ml (MLE), Kawa inka z mlekiem 125ml (MLE), Herbata owocowa 125ml (GLU, SOJ, SEL, GOR), Pieczywo graham H 100g (GLU, MLE, *), Masło ex 20g (MLE), Polędwica sopocka 50g (GLU, MLE, *), Serek grani 50g (MLE), Pomidor 60g, Sałata ziel. 20g, Jabłko des. 1 szt. , II Śniadanie: Sałatka warzywna 200g ,	Rosół z zacierką i ziel. pietruszką 400ml (GLU, SEL, *), Udko w sosie potrawkowym duszone 130/120 (GLU, MLE, SEL), Ziemniaki gotowane 200g, Surówka z marchwi i jabłka 75g (MLE), Sałatka z ogórka kiszzonego z marchewką i czerwoną fasolą 75g, Kompot owocowy 250ml ,	Herbata H 250ml, Pieczywo graham H 100g (GLU, MLE, *), Masło ex 20g (MLE), Pasta z jaja i wędliny 100g (JAJ, MLE), Pomidor 60g, Sałata ziel. 20g, Posiłek nocny: Galaretka warzywna z jajkiem 150g (SKR, JAJ, SEL),
Wartości odżywcze: Energia: 2339.54 kcal; Energia: 8893.19 kJ; Białko ogółem: 95.32 g; białko zwierzęce: 83.95 g; białko roślinne: 27.31 g; Tłuszcz: 87.87 g; Węglowodany ogółem: 288.05 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 36.96 g; Sód: 1928.08 mg; Potas: 4769.95 mg; Wapń: 669.24 mg; Fosfor: 1741.48 mg; Błonnik pokarmowy: 31.97 g; suma cukrów prostych: 55.66 g; Woda: 1580.34 g; Popiół: 16.31 g;		
niedziela 2024-04-14		
Dieta: GR. DIETA PŁYNNA IIIII		
Kasza manna na mleku w proszku z masłem i żółtkiem 500ml (GLU, JAJ, MLE), Herbata owocowa 125ml (GLU, SOJ, SEL, GOR), Kawa inka z mlekiem 125ml (MLE), II Śniadanie: Budyń waniliowy 200ml (GLU, JAJ, MLE, SEL, GOR, *),	Rosół mixowany 1000ml (GLU, SEL, *),	Zupa jarzynowa z mięsem i żółtkiem 500ml (JAJ, SEL), Posiłek nocny: Twarożek płynny 150g (MLE),
Wartości odżywcze: Energia: 1494.17 kcal; Energia: 6532.75 kJ; Białko ogółem: 70.83 g; białko zwierzęce: 64.60 g; białko roślinne: 12.47 g; Tłuszcz: 64.41 g; Węglowodany ogółem: 157.75 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 26.62 g; Sód: 871.38 mg; Potas: 3053.87 mg; Wapń: 1238.89 mg; Fosfor: 1838.44 mg; Błonnik pokarmowy: 10.05 g; suma cukrów prostych: 50.71 g; Woda: 877.21 g; Popiół: 12.10 g;		
niedziela 2024-04-14		
Dieta: GR. DIETA APLAZYJNA B/LAKTOZY IIII		
Kasza kukurydziana na mleku b/lakt 300ml (MLE), Kawa inka z mlekiem b/lakt 125ml, Herbata owocowa 125ml (GLU, SOJ, SEL, GOR), Pieczywo pszenno-żytnie H 50g (GLU, JAJ, MLE, *), Pieczywo graham H 50g (GLU, MLE, *), Masło ex 20g (MLE), Polędwica sopocka 50g (GLU, MLE, *), Serek kanapkowy śmietankowy 50g (MLE), Papryka św. 80g, Jabłko gotowane 1 szt. ,	Rosół z zacierką i ziel. pietruszką 400ml (GLU, SEL, *), Udko w sosie potrawkowym duszone 130/120 (GLU, MLE, SEL), Ziemniaki gotowane 200g, Surówka z marchwi i jabłka 150g (MLE), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata H 250ml, Pieczywo pszenno-żytnie H 50g (GLU, JAJ, MLE, *), Pieczywo graham H 50g (GLU, MLE, *), Masło ex 20g (MLE), Pasta z jaja i wędliny 100g (JAJ, MLE), Pomidor 80g, Posiłek nocny: Mus owocowy 200g, Herbatniki 1opak (5szt) (GLU, MLE, S02, *),
Wartości odżywcze: Energia: 2453.04 kcal; Energia: 8880.35 kJ; Białko ogółem: 91.86 g; białko zwierzęce: 81.45 g; białko roślinne: 29.15 g; Tłuszcz: 75.19 g; Węglowodany ogółem: 305.81 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 36.45 g; Sód: 1943.69 mg; Potas: 3944.74 mg; Wapń: 577.24 mg; Fosfor: 1645.15 mg; Błonnik pokarmowy: 26.82 g; suma cukrów prostych: 64.34 g; Woda: 1269.89 g; Popiół: 13.55 g;		


Urszula Przepióra
 dietetyk kliniczny

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Grabiszyńska		
Sniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
poniedziałek 2024-04-15 Dieta: GR. DIETA PODSTAWOWA II		
Ryż na mleku 300ml (MLE), Kawa inka z mlekiem 125ml (MLE), Herbata owocowa 125ml (GLU, SOJ, SEL, GOR), Pieczywo pszenno-żytnie H 50g (GLU, JAJ, MLE, *), Pieczywo graham H 50g (GLU, MLE, *), Masło ex 20g (MLE), Schab z kotła 30g (MLE, *), Serek kanapkowy śmietankowy 50g (MLE), Pomidor 60g, Sałata ziel. 20g, Banan 1 szt. ,	Jarzynowa z makaronem i ziel. pietruszką 400ml (GLU, JAJ, MLE, SEL), Kotlec mielony smażony 100g (GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, *), Ziemniaki gotowane 200g, Szpinak 75g (GLU, MLE), Mizeria z jogurtem 75g (MLE), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata H 250ml, Pieczywo pszenno-żytnie H 50g (GLU, JAJ, MLE, *), Pieczywo graham H 50g (GLU, MLE, *), Masło ex 20g (MLE), Parówka z indyka gotowana 2szt (*), Ketchup 20g, Ogórek św. 60g, Sałata ziel. 20g, Posiłek nocny: Jogurt z granolą owocową 150g (MLE),
Wartości odżywcze: Energia: 2383.71 kcal; Energia: 9278.60 kJ; Białko ogółem: 82.36 g; białko zwierzęce: 59.13 g; białko roślinne: 27.57 g; Tłuszcz: 79.43 g; Węglowodany ogółem: 336.42 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 38.86 g; Sód: 2327.94 mg; Potas: 4179.46 mg; Wapń: 790.91 mg; Fosfor: 1330.46 mg; Błonnik pokarmowy: 24.20 g; suma cukrów prostych: 75.40 g; Woda: 1329.50 g; Popiół: 16.16 g;		
poniedziałek 2024-04-15 Dieta: GR. DIETA ŁATWOSTRWA III		
Ryż na mleku 300ml (MLE), Kawa inka z mlekiem 125ml (MLE), Herbata owocowa 125ml (GLU, SOJ, SEL, GOR), Pieczywo pszenno-żytnie H 50g (GLU, JAJ, MLE, *), Pieczywo graham H 50g (GLU, MLE, *), Masło ex 20g (MLE), Schab z kotła 30g (MLE, *), Serek kanapkowy śmietankowy 50g (MLE), Sałata ziel. 20g, Pomidor 60g, Banan 1 szt. ,	Kalafiorowa z makaronem z ziel. pietruszką 400ml (GLU, JAJ, MLE, SEL, *), Zraz drob.-wieprz. w sosie pieczeniowym duszony 80/120 (GLU, JAJ, MLE, *), Ziemniaki gotowane 200g, Szpinak 150g (GLU, MLE), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata H 250ml, Pieczywo pszenno-żytnie H 50g (GLU, JAJ, MLE, *), Pieczywo graham H 50g (GLU, MLE, *), Masło ex 20g (MLE), Parówka z indyka gotowana 2szt (*), Ketchup 20g, Pomidor 60g, Sałata ziel. 20g, Posiłek nocny: Jogurt z granolą owocową 150g (MLE),
Wartości odżywcze: Energia: 2529.65 kcal; Energia: 9179.21 kJ; Białko ogółem: 83.33 g; białko zwierzęce: 49.36 g; białko roślinne: 30.14 g; Tłuszcz: 77.66 g; Węglowodany ogółem: 354.25 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 42.01 g; Sód: 2244.00 mg; Potas: 4141.13 mg; Wapń: 835.33 mg; Fosfor: 1215.39 mg; Błonnik pokarmowy: 25.59 g; suma cukrów prostych: 75.14 g; Woda: 1337.93 g; Popiół: 16.63 g;		
poniedziałek 2024-04-15 Dieta: GR. DIETA ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU IIA		
Ryż na mleku 300ml (MLE), Kawa inka z mlekiem 125ml (MLE), Herbata owocowa 125ml (GLU, SOJ, SEL, GOR), Pieczywo pszenne H 100g (GLU, JAJ, MLE, *), Masło ex 15g (MLE), Schab z kotła 30g (MLE, *), Serek kanapkowy śmietankowy 50g (MLE), Sałata ziel. 20g, Pomidor 60g, Banan 1 szt. ,	Kalafiorowa z makaronem z ziel. pietruszką 400ml (GLU, JAJ, MLE, SEL, *), Zraz drob.-wieprz. w sosie pieczeniowym duszony 80/120 (GLU, JAJ, MLE, *), Ziemniaki gotowane 200g, Szpinak 150g (GLU, MLE), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata H 250ml, Pieczywo pszenne H 100g (GLU, JAJ, MLE, *), Masło ex 15g (MLE), Parówka z indyka gotowana 2szt (*), Ketchup 20g, Pomidor 60g, Sałata ziel. 20g, Posiłek nocny: Jogurt z granolą owocową 150g (MLE),
Wartości odżywcze: Energia: 2682.65 kcal; Energia: 9820.11 kJ; Białko ogółem: 87.18 g; białko zwierzęce: 48.61 g; białko roślinne: 34.74 g; Tłuszcz: 75.86 g; Węglowodany ogółem: 388.23 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 39.08 g; Sód: 2396.10 mg; Potas: 4117.13 mg; Wapń: 836.73 mg; Fosfor: 1178.19 mg; Błonnik pokarmowy: 22.69 g; suma cukrów prostych: 77.73 g; Woda: 1340.93 g; Popiół: 16.67 g;		
poniedziałek 2024-04-15 Dieta: GR. DIETA ŁATWOSTR.Z OGR. SUBS. POBUDZ. WYDZ. SOKU ŻOŁĄDKOWEGO IIB		
Ryż na mleku 300ml (MLE), Kawa inka z mlekiem 125ml (MLE), Herbata owocowa 125ml (GLU, SOJ, SEL, GOR), Pieczywo pszenne H 100g (GLU, JAJ, MLE, *), Masło ex 15g (MLE), Schab z kotła 30g (MLE, *), Serek kanapkowy śmietankowy 50g (MLE), Sałata ziel. 20g, Pomidor 60g, Banan 1 szt. , II Śniadanie: Sok Kubus 1 szt. 300ml ,	Kalafiorowa z makaronem z ziel. pietruszką 400ml (GLU, JAJ, MLE, SEL, *), Zraz drob.-wieprz. w sosie pieczeniowym duszony 80/120 (GLU, JAJ, MLE, *), Ziemniaki gotowane 200g, Szpinak 150g (GLU, MLE), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata H 250ml, Pieczywo pszenne H 100g (GLU, JAJ, MLE, *), Masło ex 15g (MLE), Parówka z indyka gotowana 2szt (*), Ketchup 20g, Sałata ziel. 20g, Pomidor 60g, Posiłek nocny: Jogurt z granolą owocową 150g (MLE),
Wartości odżywcze: Energia: 2808.65 kcal; Energia: 9965.70 kJ; Białko ogółem: 88.38 g; białko zwierzęce: 48.61 g; białko roślinne: 35.01 g; Tłuszcz: 76.46 g; Węglowodany ogółem: 415.53 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 39.14 g; Sód: 2399.10 mg; Potas: 4196.54 mg; Wapń: 845.55 mg; Fosfor: 1186.13 mg; Błonnik pokarmowy: 23.57 g; suma cukrów prostych: 84.70 g; Woda: 1419.72 g; Popiół: 16.76 g;		


Urszula Przepióra
 dietetyk kliniczny

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Grabiszyńska		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
poniedziałek 2024-04-15		
Dieta: GR. DIETA WYSOKOBIAŁKOWA VII		
Ryż na mleku 300ml (MLE), Kawa inka z mlekiem 125ml (MLE), Herbata owocowa 125ml (GLU, SOJ, SEL, GOR), Pieczywo pszenno-żytnie H 100g (GLU, JAJ, MLE, *), Masło ex 20g (MLE), Schab z kotła 30g (MLE, *), Serek kanapkowy śmietankowy 50g (MLE), Szynka indyk z pasieki 50g, Salata ziel. 20g, Pomidor 60g, Banan 1 szt. ,	Kalafiorowa z makaronem z ziel. pietruszką 400ml (GLU, JAJ, MLE, SEL, *), Zraz drob.-wieprz. w sosie pieczeniowym duszony 80/120 (GLU, JAJ, MLE, *), Ziemniaki gotowane 200g, Szpinak 150g (GLU, MLE), Kompot owocowy 250ml ,	Pieczywo pszenno-żytnie H 100g (GLU, JAJ, MLE, *), Herbata 250ml b/c, Masło ex 20g (MLE), Parówka z indyka gotowana 2szt (*), Ketchup 20g, Twaróg krojony 50g (MLE), Pomidor 60g, Salata ziel. 20g , Posiłek nocny: Jogurt z granolą owocową 150g (MLE),
Wartości odżywcze: Energia: 2725.33 kcal; Energia: 9790.66 kJ; Białko ogółem: 99.22 g; białko zwierzęce: 62.46 g; białko roślinne: 32.94 g; Tłuszcz: 81.57 g; Węglowodany ogółem: 372.00 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 43.54 g; Sód: 2955.51 mg; Potas: 4225.83 mg; Wapń: 887.18 mg; Fosfor: 1328.89 mg; Błonnik pokarmowy: 25.69 g; suma cukrów prostych: 62.62 g; Woda: 1389.35 g; Popiół: 17.68 g;		
poniedziałek 2024-04-15		
Dieta: GR. DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW VII		
Ryż na mleku 300ml (MLE), Kawa inka z mlekiem 125ml (MLE), Herbata owocowa 125ml (GLU, SOJ, SEL, GOR), Pieczywo graham H 100g (GLU, MLE, *), Masło ex 20g (MLE), Schab z kotła 30g (MLE, *), Serek kanapkowy śmietankowy 50g (MLE), Pomidor 60g, Salata ziel. 20g, Banan 1 szt. , II Śniadanie: Sok wielowarzywny 1szt. 300ml ,	Kalafiorowa z makaronem z ziel. pietruszką 400ml (GLU, JAJ, MLE, SEL, *), Zraz drob.-wieprz. w sosie pieczeniowym duszony 80/120 (GLU, JAJ, MLE, *), Ziemniaki gotowane 200g, Szpinak 150g (GLU, MLE), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata H 250ml, Pieczywo graham H 100g (GLU, MLE, *), Masło ex 20g (MLE), Parówka z indyka gotowana 2szt (*), Ketchup 20g, Pomidor 60g, Salata ziel. 20g , Posiłek nocny: Jogurt z granolą owocową 150g (MLE),
Wartości odżywcze: Energia: 2389.15 kcal; Energia: 8995.71 kJ; Białko ogółem: 110.48 g; białko zwierzęce: 79.31 g; białko roślinne: 27.34 g; Tłuszcz: 77.01 g; Węglowodany ogółem: 344.80 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 41.87 g; Sód: 2585.00 mg; Potas: 4112.63 mg; Wapń: 830.33 mg; Fosfor: 1215.39 mg; Błonnik pokarmowy: 26.99 g; suma cukrów prostych: 74.29 g; Woda: 1322.53 g; Popiół: 15.98 g;		
poniedziałek 2024-04-15		
Dieta: GR. DIETA PŁYNNA IIIII		
Kasza manna na mleku w proszku z masłem i żółtkiem 500ml (GLU, JAJ, MLE), Herbata owocowa 125ml (GLU, SOJ, SEL, GOR), Kawa inka z mlekiem 125ml (MLE), II Śniadanie: Kisiel owocowy 200ml (*),	Kalafiorowa miksowana z masłem, mięsem i żółtkiem 400ml (GLU, JAJ, MLE, SEL, *),	Zupa jarzynowa z mięsem i żółtkiem 500ml (JAJ, SEL), Posiłek nocny: Suchary z herbatą 150ml (GLU, JAJ, MLE, *),
Wartości odżywcze: Energia: 1328.16 kcal; Energia: 5427.48 kJ; Białko ogółem: 63.83 g; białko zwierzęce: 46.56 g; białko roślinne: 12.13 g; Tłuszcz: 58.74 g; Węglowodany ogółem: 157.47 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 24.31 g; Sód: 861.71 mg; Potas: 3208.35 mg; Wapń: 868.00 mg; Fosfor: 1544.63 mg; Błonnik pokarmowy: 13.80 g; suma cukrów prostych: 33.72 g; Woda: 774.01 g; Popiół: 11.45 g;		
poniedziałek 2024-04-15		
Dieta: GR. DIETA APLAZYJNA B/LAKTOZY IIII		
Ryż na mleku b/lakt 300ml (MLE), Kawa inka z mlekiem b/lakt 125ml, Herbata owocowa 125ml (GLU, SOJ, SEL, GOR), Pieczywo pszenno-żytnie H 50g (GLU, JAJ, MLE, *), Pieczywo graham H 50g (GLU, MLE, *), Masło ex 20g (MLE), Schab z kotła 30g (MLE, *), Serek śmietankowy B/LAK 50g (MLE), Pomidor 80g b/s, Banan 1 szt. ,	Kalafiorowa z makaronem z ziel. pietruszką 400ml (GLU, JAJ, MLE, SEL, *), Zraz drob.-wieprz. w sosie pieczeniowym duszony 80/120 (GLU, JAJ, MLE, *), Ziemniaki gotowane 200g, Szpinak 150g (GLU, MLE), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata H 250ml, Pieczywo pszenno-żytnie H 50g (GLU, JAJ, MLE, *), Pieczywo graham H 50g (GLU, MLE, *), Masło ex 20g (MLE), Parówka z indyka gotowana 2szt (*), Ketchup 20g, Ogórek św. 80g b/s , Posiłek nocny: Mus owocowy 200g, Biszkopty 30g (GLU, JAJ, MLE, *),
Wartości odżywcze: Energia: 2613.75 kcal; Energia: 9559.91 kJ; Białko ogółem: 79.82 g; białko zwierzęce: 44.64 g; białko roślinne: 34.08 g; Tłuszcz: 77.57 g; Węglowodany ogółem: 354.38 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 40.89 g; Sód: 2182.66 mg; Potas: 3743.03 mg; Wapń: 558.83 mg; Fosfor: 1062.39 mg; Błonnik pokarmowy: 25.54 g; suma cukrów prostych: 71.57 g; Woda: 1168.46 g; Popiół: 14.82 g;		


Dietetyk



Urszula Przepióra
dietetyk kliniczny

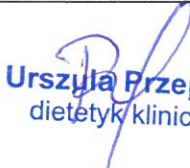
Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Grabiszyńska		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
wtorek 2024-04-16 Dieta: GR. DIETA PODSTAWOWA II		
Zacierka na mleku 300ml (GLU, MLE), Kawa inka z mlekiem 125ml (MLE), Herbata owocowa 125ml (GLU, SOJ, SEL, GOR), Pieczywo pszenno-żytnie H 50g (GLU, JAJ, MLE, *), Pieczywo graham H 50g (GLU, MLE, *), Masło ex 20g (MLE), Paszтет drobiowy 50g - 1/3 szt. (GLU, SOJ, MLE), Jajko gotowane m 1 szt. (JAJ), Pomidor 80g, Jabłko des. 1 szt. ,	Zupa krem z dyni z grzankami 400ml (GLU, MLE, SEL, *), Paprykarz drobiowy duszony 80/120 (GLU, GOR, *), Kasza jęczmienna na sypko gotowana 200g (GLU), Buraczki z olejem gotowane 75g, Surówka z jarzyn mieszanych 75g (SEL, *), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata H 250ml, Pieczywo pszenno-żytnie H 50g (GLU, JAJ, MLE, *), Pieczywo graham H 50g (GLU, MLE, *), Masło ex 20g (MLE), Szynka drobiowa 50g, Hummus 55g (1/2) (SEL, GOR, *), Papryka kons. 60g (GOR), Sałata ziel. 20g, Posiłek nocny: Mus owocowy 200g, Herbatniki 1opak (5szt) (GLU, MLE, S02, *),
Wartości odżywcze: Energia: 2770.94 kcal; Energia: 10534.68 kJ; Białko ogółem: 95.72 g; białko zwierzęce: 55.83 g; białko roślinne: 40.32 g; Tłuszcz: 94.60 g; Węglowodany ogółem: 371.66 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 35.47 g; Sód: 2015.76 mg; Potas: 3870.64 mg; Wapń: 668.06 mg; Fosfor: 1511.62 mg; Błonnik pokarmowy: 35.34 g; suma cukrów prostych: 70.38 g; Woda: 1282.97 g; Popiół: 15.23 g;		
wtorek 2024-04-16 Dieta: GR. DIETA ŁATWOSTRWA III		
Zacierka na mleku 300ml (GLU, MLE), Kawa inka z mlekiem 125ml (MLE), Herbata owocowa 125ml (GLU, SOJ, SEL, GOR), Pieczywo pszenno-żytnie H 50g (GLU, JAJ, MLE, *), Pieczywo graham H 50g (GLU, MLE, *), Masło ex 20g (MLE), Paszтет drobiowy 50g - 1/3 szt. (GLU, SOJ, MLE), Jajko gotowane m 1 szt. (JAJ), Pomidor 80g, Jabłko des. 1 szt. ,	Zupa krem z dyni z grzankami 400ml (GLU, MLE, SEL, *), Paprykarz drobiowy duszony 80/120 (GLU, GOR, *), Kasza jęczmienna na sypko gotowana 200g (GLU), Buraczki z olejem gotowane 150g, Kompot owocowy 250ml ,	Herbata H 250ml, Pieczywo pszenno-żytnie H 50g (GLU, JAJ, MLE, *), Pieczywo graham H 50g (GLU, MLE, *), Masło ex 20g (MLE), Szynka drobiowa 50g, Hummus 55g (1/2) (SEL, GOR, *), Pomidor 60g, Sałata ziel. 20g, Posiłek nocny: Mus owocowy 200g, Herbatniki 1opak (5szt) (GLU, MLE, S02, *),
Wartości odżywcze: Energia: 2746.71 kcal; Energia: 10409.97 kJ; Białko ogółem: 94.89 g; białko zwierzęce: 55.83 g; białko roślinne: 40.09 g; Tłuszcz: 90.91 g; Węglowodany ogółem: 378.21 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 35.09 g; Sód: 1695.66 mg; Potas: 4110.39 mg; Wapń: 678.05 mg; Fosfor: 1451.81 mg; Błonnik pokarmowy: 33.83 g; suma cukrów prostych: 74.97 g; Woda: 1293.44 g; Popiół: 15.35 g;		
wtorek 2024-04-16 Dieta: GR. DIETA ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU IIA		
Zacierka na mleku 300ml (GLU, MLE), Kawa inka z mlekiem 125ml (MLE), Herbata owocowa 125ml (GLU, SOJ, SEL, GOR), Pieczywo pszenne H 100g (GLU, JAJ, MLE, *), Masło ex 15g (MLE), Paszтет drobiowy 50g - 1/3 szt. (GLU, SOJ, MLE), Jajko gotowane m 1 szt. (JAJ), Jabłko gotowane 1 szt. , Pomidor 80g ,	Zupa krem z dyni z grzankami 400ml (GLU, MLE, SEL, *), Potrawka drobiowa gotowana 80/120 (GLU, SEL), Kasza jęczmienna na sypko gotowana 200g (GLU), Buraczki z olejem gotowane 150g, Kompot owocowy 250ml ,	Herbata H 250ml, Pieczywo pszenne H 100g (GLU, JAJ, MLE, *), Masło ex 15g (MLE), Szynka drobiowa 50g, Hummus 55g (1/2) (SEL, GOR, *), Pomidor 60g, Sałata ziel. 20g, Posiłek nocny: Mus owocowy 200g, Herbatniki 1opak (5szt) (GLU, MLE, S02, *),
Wartości odżywcze: Energia: 2716.46 kcal; Energia: 9993.07 kJ; Białko ogółem: 104.79 g; białko zwierzęce: 34.92 g; białko roślinne: 45.05 g; Tłuszcz: 74.16 g; Węglowodany ogółem: 419.10 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 28.02 g; Sód: 1729.41 mg; Potas: 3861.54 mg; Wapń: 694.30 mg; Fosfor: 1202.26 mg; Błonnik pokarmowy: 33.80 g; suma cukrów prostych: 79.84 g; Woda: 1272.80 g; Popiół: 14.27 g;		
wtorek 2024-04-16 Dieta: GR. DIETA ŁATWOSTR.Z OGR. SUBS. POBUDZ. WYDZ. SOKU ŻOŁĄDKOWEGO IIB		
Zacierka na mleku 300ml (GLU, MLE), Kawa inka z mlekiem 125ml (MLE), Herbata owocowa 125ml (GLU, SOJ, SEL, GOR), Pieczywo pszenne H 100g (GLU, JAJ, MLE, *), Masło ex 15g (MLE), Paszтет drobiowy 50g - 1/3 szt. (GLU, SOJ, MLE), Jajko gotowane m 1 szt. (JAJ), Pomidor 80g, Jabłko gotowane 1 szt. , II Śniadanie: Budyń waniliowy 200ml (GLU, JAJ, MLE, SEL, GOR, *),	Zupa krem z dyni z grzankami 400ml (GLU, MLE, SEL, *), Potrawka drobiowa gotowana 80/120 (GLU, SEL), Kasza jęczmienna na sypko gotowana 200g (GLU), Buraczki z olejem gotowane 150g, Kompot owocowy 250ml ,	Herbata H 250ml, Pieczywo pszenne H 100g (GLU, JAJ, MLE, *), Masło ex 15g (MLE), Szynka drobiowa 50g, Hummus 55g (1/2) (SEL, GOR, *), Sałata ziel. 20g, Pomidor 60g, Posiłek nocny: Mus owocowy 200g, Herbatniki 1opak (5szt) (GLU, MLE, S02, *),
Wartości odżywcze: Energia: 2879.19 kcal; Energia: 10767.55 kJ; Białko ogółem: 118.84 g; białko zwierzęce: 48.92 g; białko roślinne: 45.10 g; Tłuszcz: 78.18 g; Węglowodany ogółem: 444.29 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 30.42 g; Sód: 1817.92 mg; Potas: 4141.07 mg; Wapń: 934.21 mg; Fosfor: 1378.04 mg; Błonnik pokarmowy: 33.84 g; suma cukrów prostych: 96.70 g; Woda: 1450.31 g; Popiół: 15.70 g;		


Urszula Przepióra
 dietetyk kliniczny

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Grabiszyńska		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
wtorek 2024-04-16		
Dieta: GR. DIETA WYSOKOBIAŁKOWA VII		
Zacierka na mleku 300ml (GLU, MLE), Kawa inka z mlekiem 125ml (MLE), Herbata owocowa 125ml (GLU, SOJ, SEL, GOR), Pieczywo pszenno-żytnie H 100g (GLU, JAJ, MLE, *), Masło ex 20g (MLE), Paszтет drobiowy 50g - 1/3 szt. (GLU, SOJ, MLE), Jajko gotowane m 1 szt. (JAJ), Ser żółty 50g (MLE), Pomidor 80g, Jabłko des. 1 szt. ,	Zupa krem z dyni z grzankami 400ml (GLU, MLE, SEL, *), Paprykarz drobiowy duszony 80/120 (GLU, GOR, *), Kasza jęczmienna na sypko gotowana 200g (GLU), Buraczki z olejem gotowane 150g, Kompot owocowy 250ml ,	Pieczywo pszenno-żytnie H 100g (GLU, JAJ, MLE, *), Herbata 250ml b/c, Masło ex 20g (MLE), Szyńka drobiowa 50g, schab z kotła 50g (MLE, *), Hummus 55g (1/2) (SEL, GOR, *), Pomidor 60g, Sałata ziel. 20g, Posiłek nocny: Mus owocowy 200g, Herbatniki 1opak (5szt) (GLU, MLE, S02, *),
Wartości odżywcze: Energia: 3020.01 kcal; Energia: 11934.34 kJ; Białko ogółem: 110.87 g; białko zwierzęce: 80.18 g; białko roślinne: 42.89 g; Tłuszcz: 99.18 g; Węglowodany ogółem: 394.43 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 44.36 g; Sód: 2824.70 mg; Potas: 4349.99 mg; Wapń: 1097.65 mg; Fosfor: 1814.08 mg; Błonnik pokarmowy: 33.93 g; suma cukrów prostych: 61.27 g; Woda: 1365.37 g; Popiół: 18.57 g;		
wtorek 2024-04-16		
Dieta: GR. DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW VII		
Zacierka na mleku 300ml (GLU, MLE), Kawa inka z mlekiem 125ml (MLE), Herbata owocowa 125ml (GLU, SOJ, SEL, GOR), Pieczywo graham H 100g (GLU, MLE, *), Masło ex 20g (MLE), Paszтет drobiowy 50g - 1/3 szt. (GLU, SOJ, MLE), Jajko gotowane m 1 szt. (JAJ), Pomidor 80g, Jabłko des. 1 szt. , II Śniadanie: Kefir 1szt (MLE),	Zupa krem z dyni z grzankami 400ml (GLU, MLE, SEL, *), Paprykarz drobiowy duszony 80/120 (GLU, GOR, *), Kasza jęczmienna na sypko gotowana 200g (GLU), Buraczki z olejem gotowane 75g, Surówka z jarzyn mieszanych 75g (SEL, *), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata H 250ml, Pieczywo graham H 100g (GLU, MLE, *), Masło ex 20g (MLE), Szyńka drobiowa 50g, Hummus 55g (1/2) (SEL, GOR, *), Pomidor 60g, Sałata ziel. 20g, Posiłek nocny: Galaretką drobiowa 150g (SKR, JAJ, SEL),
Wartości odżywcze: Energia: 2604.22 kcal; Energia: 9841.34 kJ; Białko ogółem: 109.72 g; białko zwierzęce: 64.14 g; białko roślinne: 36.13 g; Tłuszcz: 96.09 g; Węglowodany ogółem: 336.70 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 36.44 g; Sód: 1648.86 mg; Potas: 4270.73 mg; Wapń: 973.68 mg; Fosfor: 1579.40 mg; Błonnik pokarmowy: 37.05 g; suma cukrów prostych: 65.83 g; Woda: 1428.16 g; Popiół: 15.48 g;		
wtorek 2024-04-16		
Dieta: GR. DIETA PŁYNNA IIIII		
Kasza manna na mleku w proszku z masłem i żółtkiem 500ml (GLU, JAJ, MLE), Herbata owocowa 125ml (GLU, SOJ, SEL, GOR), Kawa inka z mlekiem 125ml (MLE), II Śniadanie: Budyń waniliowy 200ml (GLU, JAJ, MLE, SEL, GOR, *),	Zupa krem z dyni miksowana z mięsem i żółtkiem 1000ml (GLU, MLE, SEL, *),	Zupa jarzynowa z mięsem i żółtkiem 500ml (JAJ, SEL), Posiłek nocny: Biszkopty z herbatą 150ml/40g (GLU, JAJ, MLE, *),
Wartości odżywcze: Energia: 1505.31 kcal; Energia: 6584.07 kJ; Białko ogółem: 61.06 g; białko zwierzęce: 51.39 g; białko roślinne: 15.91 g; Tłuszcz: 64.22 g; Węglowodany ogółem: 192.03 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 25.53 g; Sód: 862.34 mg; Potas: 3629.92 mg; Wapń: 1111.74 mg; Fosfor: 1578.85 mg; Błonnik pokarmowy: 14.06 g; suma cukrów prostych: 56.10 g; Woda: 907.14 g; Popiół: 12.39 g;		
wtorek 2024-04-16		
Dieta: GR. DIETA APLAZYJNA B/LAKTOZY IIII		
Kasza kukurydziana na mleku b/lakt 300ml (MLE), Kawa inka z mlekiem b/lakt 125ml, Herbata owocowa 125ml (GLU, SOJ, SEL, GOR), Pieczywo pszenno-żytnie H 50g (GLU, JAJ, MLE, *), Pieczywo graham H 50g (GLU, MLE, *), Masło ex 20g (MLE), Paszтет drobiowy 50g - 1/3 szt. (GLU, SOJ, MLE), Jajko gotowane m 1 szt. (JAJ), Pomidor 80g b/skórki, Jabłko gotowane 1 szt. ,	Zupa krem z dyni z grzankami 400ml (GLU, MLE, SEL, *), Potrawka drobiowa gotowana 80/120 (GLU, SEL), Kasza jęczmienna na sypko gotowana 200g (GLU), Buraczki z olejem gotowane 150g, Kompot owocowy 250ml ,	Herbata H 250ml, Pieczywo pszenno-żytnie H 50g (GLU, JAJ, MLE, *), Pieczywo graham H 50g (GLU, MLE, *), Masło ex 20g (MLE), Szyńka drobiowa 50g, Hummus 55g (1/2) (SEL, GOR, *), Papryka św. 80g, Posiłek nocny: Galaretką drobiowa 150g (SKR, JAJ, SEL),
Wartości odżywcze: Energia: 2462.44 kcal; Energia: 8818.28 kJ; Białko ogółem: 110.24 g; białko zwierzęce: 35.51 g; białko roślinne: 40.02 g; Tłuszcz: 76.44 g; Węglowodany ogółem: 354.05 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 30.17 g; Sód: 1519.36 mg; Potas: 3913.73 mg; Wapń: 622.22 mg; Fosfor: 1225.54 mg; Błonnik pokarmowy: 39.11 g; suma cukrów prostych: 65.99 g; Woda: 1247.49 g; Popiół: 14.04 g;		


Urszula Przepióra
 dietetyk kliniczny

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Grabiszyńska		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
środa 2024-04-17 Dieta: GR. DIETA PODSTAWOWA II		
Pł. owsiane na mleku 300ml (GLU, MLE), Kakao 125ml (MLE), Herbata owocowa 125ml (GLU, SOJ, SEL, GOR), Bułka pszenna 100g, Masło ex 20g (MLE), Szyńka gotowana 30g (SEL, GOR), Ser topiony 50g (MLE), Sałatka z pomidora i sałaty z olejem 80g, Pomarańcza 1 szt. ,	Pomidorowa z ryżem i ziel. pietruszką 400ml (GLU, MLE, SEL, *), Makaron z kurczakiem i szpinakiem z sosem beszamelowym 300/120g (GLU, JAJ, MLE), Sałata z jogurtem (MLE), Pomarańcza 1 szt. , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata H 250ml, Pieczywo pszenno-żytnie H 50g (GLU, JAJ, MLE, *), Pieczywo graham H 50g (GLU, MLE, *), Masło ex 20g (MLE), Pasta ryбно twarogowa z pietruszką 100g (MLE, *), Pomidor 60g, Sałata ziel. 20g , Posiłek nocny: Koktajl truskawkowy 250ml (MLE), Pieczywo ryżowe 2 szt ,
Wartości odżywcze: Energia: 2863.28 kcal; Energia: 10924.64 kJ; Białko ogółem: 102.12 g; białko zwierzęce: 65.91 g; białko roślinne: 28.69 g; Tłuszcz: 107.06 g; Węglowodany ogółem: 413.07 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 53.05 g; Sód: 1616.37 mg; Potas: 3857.00 mg; Wapń: 1581.50 mg; Fosfor: 1888.73 mg; Błonnik pokarmowy: 26.52 g; suma cukrów prostych: 92.42 g; Woda: 1569.49 g; Popiół: 17.54 g;		
środa 2024-04-17 Dieta: GR. DIETA ŁATWOSTRWA III		
Pł. owsiane na mleku 300ml (GLU, MLE), Kakao 125ml (MLE), Herbata owocowa 125ml (GLU, SOJ, SEL, GOR), Bułka pszenna 100g, Masło ex 20g (MLE), Szyńka gotowana 30g (SEL, GOR), Ser topiony 50g (MLE), Pomidor 60g, Sałatka z pomidora i sałaty z olejem 80g, Pomarańcza 1 szt. ,	Pomidorowa z ryżem i ziel. pietruszką 400ml (GLU, MLE, SEL, *), Makaron z kurczakiem i szpinakiem z sosem beszamelowym 300/120g (GLU, JAJ, MLE), Sałata z jogurtem (MLE), Pomarańcza 1 szt. , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata H 250ml, Pieczywo pszenno-żytnie H 50g (GLU, JAJ, MLE, *), Pieczywo graham H 50g (GLU, MLE, *), Masło ex 20g (MLE), Pasta ryбно twarogowa z pietruszką 100g (MLE, *), Sałata ziel. 20g, Pomidor 60g , Posiłek nocny: Koktajl truskawkowy 250ml (MLE), Pieczywo ryżowe 2 szt ,
Wartości odżywcze: Energia: 2873.78 kcal; Energia: 10968.74 kJ; Białko ogółem: 102.12 g; białko zwierzęce: 65.91 g; białko roślinne: 28.69 g; Tłuszcz: 107.06 g; Węglowodany ogółem: 423.57 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 53.05 g; Sód: 1621.97 mg; Potas: 4054.40 mg; Wapń: 1587.80 mg; Fosfor: 1903.43 mg; Błonnik pokarmowy: 27.36 g; suma cukrów prostych: 92.49 g; Woda: 1635.85 g; Popiół: 17.89 g;		
środa 2024-04-17 Dieta: GR. DIETA ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU IIA		
Pł. owsiane na mleku 300ml (GLU, MLE), Kakao 125ml (MLE), Herbata owocowa 125ml (GLU, SOJ, SEL, GOR), Bułka pszenna 100g, Masło ex 15g (MLE), Szyńka gotowana 30g (SEL, GOR), Sałata z pomidora i sałaty z olejem 80g, Pomidor 60g, Banan 1 szt. ,	Pomidorowa z ryżem i ziel. pietruszką 400ml (GLU, MLE, SEL, *), Makaron z kurczakiem i szpinakiem z sosem beszamelowym 300/120g (GLU, JAJ, MLE), Sałata z jogurtem (MLE), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata H 250ml, Masło ex 20g (MLE), Pieczywo pszenno-żytnie H 100g (GLU, JAJ, MLE, *), Pasta ryбно twarogowa z pietruszką 100g (MLE, *), Sałata ziel. 20g, Pomidor 60g , Posiłek nocny: Koktajl truskawkowy 250ml (MLE), Pieczywo ryżowe 2 szt ,
Wartości odżywcze: Energia: 2735.28 kcal; Energia: 10351.19 kJ; Białko ogółem: 96.04 g; białko zwierzęce: 58.68 g; białko roślinne: 31.59 g; Tłuszcz: 95.71 g; Węglowodany ogółem: 365.11 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 42.69 g; Sód: 1299.02 mg; Potas: 3907.40 mg; Wapń: 1283.00 mg; Fosfor: 1551.83 mg; Błonnik pokarmowy: 22.36 g; suma cukrów prostych: 93.43 g; Woda: 1378.45 g; Popiół: 15.76 g;		
środa 2024-04-17 Dieta: GR. DIETA ŁATWOSTR.Z OGR. SUBS. POBUDZ. WYDZ. SOKU ŻOŁĄDKOWEGO IIB		
Pł. owsiane na mleku 300ml (GLU, MLE), Kakao 125ml (MLE), Herbata owocowa 125ml (GLU, SOJ, SEL, GOR), Bułka pszenna 100g, Masło ex 15g (MLE), Szyńka gotowana 30g (SEL, GOR), Serek kanapkowy śmietankowy 50g (MLE), Sałata z pomidora i sałaty z olejem 80g, Banan 1 szt. , II Śniadanie: Kisiel owocowy 200ml (*),	Pomidorowa z ryżem i ziel. pietruszką 400ml (GLU, MLE, SEL, *), Makaron z kurczakiem i szpinakiem z sosem beszamelowym 300/120g (GLU, JAJ, MLE), Sałata z jogurtem (MLE), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata H 250ml, Pieczywo pszenne H 150g (GLU, JAJ, MLE, *), Masło ex 15g (MLE), Pasta ryбно twarogowa z pietruszką 100g (MLE, *), Sałata ziel. 20g, Pomidor 60g , Posiłek nocny: Koktajl truskawkowy 250ml (MLE), Pieczywo ryżowe 2 szt ,
Wartości odżywcze: Energia: 2910.03 kcal; Energia: 11051.29 kJ; Białko ogółem: 108.04 g; białko zwierzęce: 65.88 g; białko roślinne: 36.46 g; Tłuszcz: 96.71 g; Węglowodany ogółem: 395.10 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 43.01 g; Sód: 1652.22 mg; Potas: 3798.50 mg; Wapń: 1325.40 mg; Fosfor: 1628.78 mg; Błonnik pokarmowy: 21.42 g; suma cukrów prostych: 101.26 g; Woda: 1378.77 g; Popiół: 16.26 g;		


 Urszula Przepióra
 dietetyk kliniczny

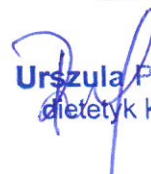
Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Grabiszyńska		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
środa 2024-04-17		
Dieta: GR. DIETA WYSOKOBIAŁKOWA VII		
Pł. owsiane na mleku 300ml (GLU, MLE), Kakao 125ml (MLE), Herbata owocowa 125ml (GLU, SOJ, SEL, GOR), Bułka pszenna 100g, Masło ex 20g (MLE), Szyunka gotowana 30g (SEL, GOR), Serek kanapkowy śmietankowy 50g (MLE), Ser topiony 50g (MLE), Sałatka z pomidora i sałaty z olejem 80g, Pomarańcza 1 szt. ,	Pomidorowa z ryżem i ziel. pietruszką 400ml (GLU, MLE, SEL, *), Makaron z kurczakiem i szpinakiem z sosem beszamelowym 300/120g (GLU, JAJ, MLE), Sałata z jogurtem (MLE), Kompot owocowy 250ml ,	Pieczywo pszenno-żytnie H 50g (GLU, JAJ, MLE, *), Pieczywo graham H 50g (GLU, MLE, *), Herbata 250ml b/c, Masło ex 20g (MLE), Pasta ryбно twarogowa z pietruszką 100g (MLE, *), Szyunka konserwowa 50g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR), Sałata ziel. 20g, Pomidor 60g, Posiłek nocny: Koktajl truskawkowy 250ml (MLE), Pieczywo ryżowe 2 szt. ,
Wartości odżywcze: Energia: 2759.00 kcal; Energia: 10509.00 kJ; Białko ogółem: 114.93 g; białko zwierzęce: 81.22 g; białko roślinne: 28.69 g; Tłuszcz: 108.62 g; Węglowodany ogółem: 352.83 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 55.03 g; Sód: 2183.88 mg; Potas: 3696.90 mg; Wapń: 1558.48 mg; Fosfor: 2010.16 mg; Błonnik pokarmowy: 22.72 g; suma cukrów prostych: 71.66 g; Woda: 1434.86 g; Popiół: 17.41 g;		
środa 2024-04-17		
Dieta: GR. DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW VII		
Kakao 125ml (MLE), Pł. owsiane na mleku 300ml (GLU, MLE), Bułka grahamka 100g, Herbata owocowa 125ml (GLU, SOJ, SEL, GOR), Masło ex 20g (MLE), Szyunka gotowana 30g (SEL, GOR), Ser topiony 50g (MLE), Sałatka z pomidora i sałaty z olejem 80g, Pomarańcza 1 szt. , II Śniadanie: Kisiel owocowy B/C 200ml (*),	Pomidorowa z ryżem i ziel. pietruszką 400ml (GLU, MLE, SEL, *), Makaron z kurczakiem i szpinakiem z sosem beszamelowym 300/120g (GLU, JAJ, MLE), Sałata z jogurtem (MLE), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata H 250ml, Pieczywo graham H 100g (GLU, MLE, *), Masło ex 20g (MLE), Pasta ryбно twarogowa z pietruszką 100g (MLE, *), Pomidor 60g, Sałata ziel. 20g, Posiłek nocny: Koktajl truskawkowy 250ml b/c (MLE), Pieczywo ryżowe 2 szt. ,
Wartości odżywcze: Energia: 2717.53 kcal; Energia: 10367.39 kJ; Białko ogółem: 103.19 g; białko zwierzęce: 65.88 g; białko roślinne: 27.36 g; Tłuszcz: 106.76 g; Węglowodany ogółem: 354.27 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 52.95 g; Sód: 1502.12 mg; Potas: 3496.00 mg; Wapń: 1516.00 mg; Fosfor: 1846.48 mg; Błonnik pokarmowy: 23.17 g; suma cukrów prostych: 88.62 g; Woda: 1406.02 g; Popiół: 16.27 g;		
środa 2024-04-17		
Dieta: GR. DIETA PŁYNNA IIIII		
Kasza manna na mleku w proszku z masłem i żółtkiem 500ml (GLU, JAJ, MLE), Herbata owocowa 125ml (GLU, SOJ, SEL, GOR), Kakao 125ml (MLE), II Śniadanie: Kisiel owocowy 200ml (*),	Pomidorowa miksowana z ryżem i ziel. pietruszką 1000ml (GLU, MLE, SEL, *),	Zupa jarzynowa z mięsem i żółtkiem 500ml (JAJ, SEL), Posiłek nocny: Twarożek płynny 150g (MLE),
Wartości odżywcze: Energia: 1602.93 kcal; Energia: 6466.16 kJ; Białko ogółem: 60.81 g; białko zwierzęce: 53.76 g; białko roślinne: 12.25 g; Tłuszcz: 72.71 g; Węglowodany ogółem: 145.87 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 32.19 g; Sód: 813.98 mg; Potas: 3150.64 mg; Wapń: 1092.31 mg; Fosfor: 1761.05 mg; Błonnik pokarmowy: 11.01 g; suma cukrów prostych: 46.52 g; Woda: 785.78 g; Popiół: 12.00 g;		
środa 2024-04-17		
Dieta: GR. DIETA APLAZYJNA B/LAKTOZY IIII		
Pł. owsiane na mleku b/lakt 300ml (GLU, MLE), Kakao na mleku b/lak 125 ml (MLE), Herbata owocowa 125ml (GLU, SOJ, SEL, GOR), Bułka pszenna 100g, Masło ex 20g (MLE), Szyunka gotowana 30g (SEL, GOR), Papryka św. 80g, Banan 1 szt. , Ser topiony 50g (MLE), Serek kanapkowy śmietankowy 50g B/LAK (MLE),	Pomidorowa z ryżem i ziel. pietruszką 400ml (GLU, MLE, SEL, *), Makaron z kurczakiem i szpinakiem z sosem beszamelowym 300/120g (GLU, JAJ, MLE), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata H 250ml, Pieczywo pszenno-żytnie H 50g (GLU, JAJ, MLE, *), Pieczywo graham H 50g (GLU, MLE, *), Masło ex 20g (MLE), Pasta ryбно twarogowa z pietruszką 100g (MLE, *), Ogórek św. b/s 60g, Posiłek nocny: Kisiel owocowy z jabłkiem 200g (*),
Wartości odżywcze: Energia: 2480.19 kcal; Energia: 9359.85 kJ; Białko ogółem: 97.64 g; białko zwierzęce: 62.21 g; białko roślinne: 28.95 g; Tłuszcz: 93.95 g; Węglowodany ogółem: 296.59 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 50.14 g; Sód: 1662.38 mg; Potas: 3073.33 mg; Wapń: 1116.83 mg; Fosfor: 1586.00 mg; Błonnik pokarmowy: 20.19 g; suma cukrów prostych: 82.85 g; Woda: 1094.88 g; Popiół: 13.80 g;		


Urszula Przepióra
 dietetyk kliniczny

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Grabiszyńska		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
piątek 2024-04-12		
Dieta: GR. DIETA PODSTAWOWA II		
Makaron na mleku 300ml (GLU, JAJ, MLE), Kawa inka z mlekiem 125ml (MLE), Herbata owocowa 125ml (GLU, SOJ, SEL, GOR), Pieczywo pszenno-żytnie H 50g (GLU, JAJ, MLE, *), Pieczywo graham H 50g (GLU, MLE, *), Masło ex 20g (MLE), Jajko gotowane m 1 szt. (JAJ), Szynka gotowana 30g (SEL, GOR), Papryka św. 60g, Sałata ziel. 20g, Banan 1 szt.	Krupnik z ziel. pietruszką 400ml (GLU, MLE, SEL, *), Ryba smażona 80g morszczuk (GLU, JAJ, RYB, OZI, ORZ), Ziemniaczanka z ziel. pietruszką 400ml (GLU, MLE, SEL, *), Jarzynka po grecku 75g (GLU, SEL, *), Kompot owocowy 250ml,	Herbata H 250ml, Pieczywo pszenno-żytnie H 50g (GLU, JAJ, MLE, *), Pieczywo graham H 50g (GLU, MLE, *), Masło ex 20g (MLE), Hummus 55g (1/2) (SEL, GOR, *), Polędwica drobiowa 50g (SOJ, *), Hummus 55g (1/2) (SEL, GOR, *), Sałata ziel. 20g, Papryka św. 60g, Posiłek nocny: Serek wiejski 200g (MLE), Dżem 1 szt. 25g,
Wartości odżywcze: Energia: 2707.54 kcal; Energia: 11673.95 kJ; Białko ogółem: 109.72 g; białko zwierzęce: 107.04 g; białko roślinne: 33.83 g; Tłuszcz: 92.91 g; Węglowodany ogółem: 357.79 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 44.17 g; Sód: 1658.04 mg; Potas: 5203.76 mg; Wapń: 684.48 mg; Fosfor: 1868.96 mg; Błonnik pokarmowy: 35.77 g; suma cukrów prostych: 85.72 g; Woda: 1333.94 g; Popiół: 17.12 g;		
piątek 2024-04-12		
Dieta: GR. DIETA ŁATWOSTRWA III		
Makaron na mleku 300ml (GLU, JAJ, MLE), Kawa inka z mlekiem 125ml (MLE), Herbata owocowa 125ml (GLU, SOJ, SEL, GOR), Pieczywo pszenno-żytnie H 50g (GLU, JAJ, MLE, *), Pieczywo graham H 50g (GLU, MLE, *), Masło ex 20g (MLE), Jajko gotowane m 1 szt. (JAJ), Szynka gotowana 30g (SEL, GOR), Sałata ziel. 20g, Pomidor 60g, Banan 1 szt.,	Krupnik z ziel. pietruszką 400ml (GLU, MLE, SEL, *), Ryba w sosie selerowo- pietruszkowym 80/120 (GLU, RYB, SEL), Ziemniaczanka z ziel. pietruszką 400ml (GLU, MLE, SEL, *), Buraczki z jabłkiem z olejem gotowane 150g, Kompot owocowy 250ml,	Herbata H 250ml, Pieczywo pszenno-żytnie H 100g (GLU, JAJ, MLE, *), Masło ex 20g (MLE), Polędwica drobiowa 50g (SOJ, *), Hummus 55g (1/2) (SEL, GOR, *), Sałata ziel. 20g, Pomidor 60g, Posiłek nocny: Serek wiejski 200g (MLE), Dżem 1 szt. 25g,
Wartości odżywcze: Energia: 2621.03 kcal; Energia: 11636.89 kJ; Białko ogółem: 111.16 g; białko zwierzęce: 115.83 g; białko roślinne: 33.08 g; Tłuszcz: 84.48 g; Węglowodany ogółem: 372.55 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 42.45 g; Sód: 1774.42 mg; Potas: 5725.02 mg; Wapń: 746.93 mg; Fosfor: 1899.86 mg; Błonnik pokarmowy: 34.11 g; suma cukrów prostych: 96.99 g; Woda: 1500.88 g; Popiół: 19.05 g;		
piątek 2024-04-12		
Dieta: GR. DIETA ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU IIA		
Makaron na mleku 300ml (GLU, JAJ, MLE), Kawa inka z mlekiem 125ml (MLE), Herbata owocowa 125ml (GLU, SOJ, SEL, GOR), Pieczywo pszenne H 100g (GLU, JAJ, MLE, *), Masło ex 15g (MLE), Pasta z białka jaja z koperkiem 50g, Szynka gotowana 30g (SEL, GOR), Sałata ziel. 20g, Pomidor 60g, Banan 1 szt.,	Krupnik z ziel. pietruszką 400ml (GLU, MLE, SEL, *), Ryba w sosie selerowo- pietruszkowym 80/120 (GLU, RYB, SEL), Ziemniaczanka z ziel. pietruszką 400ml (GLU, MLE, SEL, *), Buraczki z jabłkiem z olejem gotowane 150g, Kompot owocowy 250ml,	Herbata H 250ml, Pieczywo pszenne H 100g (GLU, JAJ, MLE, *), Masło ex 15g (MLE), Polędwica drobiowa 30g (SOJ, *), Hummus 55g (1/2) (SEL, GOR, *), Sałata ziel. 10g, Pomidor 60g, Posiłek nocny: Serek wiejski 200g (MLE), Dżem 1 szt. 25g,
Wartości odżywcze: Energia: 2637.36 kcal; Energia: 11485.14 kJ; Białko ogółem: 110.04 g; białko zwierzęce: 107.06 g; białko roślinne: 36.36 g; Tłuszcz: 79.30 g; Węglowodany ogółem: 391.33 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 36.18 g; Sód: 1677.63 mg; Potas: 5579.05 mg; Wapń: 703.15 mg; Fosfor: 1662.29 mg; Błonnik pokarmowy: 31.40 g; suma cukrów prostych: 99.16 g; Woda: 1432.10 g; Popiół: 17.92 g;		
piątek 2024-04-12		
Dieta: GR. DIETA ŁATWOSTR.Z OGR. SUBS. POBUDZ. WYDZ. SOKU ŻOŁĄDKOWEGO IIB		
Makaron na mleku 300ml (GLU, JAJ, MLE), Kawa inka z mlekiem 125ml (MLE), Herbata owocowa 125ml (GLU, SOJ, SEL, GOR), Pieczywo pszenne H 100g (GLU, JAJ, MLE, *), Masło ex 20g (MLE), Pasta z białka jaja z koperkiem 50g, Szynka gotowana 30g (SEL, GOR), Sałata ziel. 20g, Pomidor 60g, Banan 1 szt., II Śniadanie: Jogurt owocowy 1 szt. (MLE),	Krupnik z ziel. pietruszką 400ml (GLU, MLE, SEL, *), Ryba w sosie selerowo- pietruszkowym 80/120 (GLU, RYB, SEL), Ziemniaczanka z ziel. pietruszką 400ml (GLU, MLE, SEL, *), Buraczki z jabłkiem z olejem gotowane 150g, Kompot owocowy 250ml,	Herbata H 250ml, Pieczywo pszenne H 100g (GLU, JAJ, MLE, *), Masło ex 20g (MLE), Pomidor 60g, Sałata ziel. 10g, Polędwica drobiowa 50g (SOJ, *), Hummus 55g (1/2) (SEL, GOR, *), Posiłek nocny: Serek wiejski 200g (MLE), Dżem 1 szt. 25g,
Wartości odżywcze: Energia: 2859.96 kcal; Energia: 12230.74 kJ; Białko ogółem: 117.37 g; białko zwierzęce: 114.96 g; białko roślinne: 36.51 g; Tłuszcz: 91.41 g; Węglowodany ogółem: 407.44 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 42.53 g; Sód: 1750.53 mg; Potas: 5904.05 mg; Wapń: 902.75 mg; Fosfor: 1808.99 mg; Błonnik pokarmowy: 31.70 g; suma cukrów prostych: 112.12 g; Woda: 1558.95 g; Popiół: 19.28 g;		


 Urszula Przepióra
 dietetyk kliniczny

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Grabiszyńska		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
piątek 2024-04-12		
Dieta: GR. DIETA WYSOKOBIAŁKOWA VII		
Makaron na mleku 300ml (GLU, JAJ, MLE), Kawa inka z mlekiem 125ml (MLE), Herbata owocowa 125ml (GLU, SOJ, SEL, GOR), Pieczywo pszenno-żytnie H 100g (GLU, JAJ, MLE, *), Masło ex 20g (MLE), Jajko gotowane m 1 szt. (JAJ), Szynka gotowana 30g (SEL, GOR), Twaróg krojony 50g (MLE), Sałata ziel. 20g, Pomidor 60g, Banan 1 szt. ,	Krupnik z ziel. pietruszką 400ml (GLU, MLE, SEL, *), Ryba w sosie selerowo- pietruszkowym 80/120 (GLU, RYB, SEL), Ziemniaczanka z ziel. pietruszką 400ml (GLU, MLE, SEL, *), Buraczki z jabłkiem z olejem gotowane 150g, Kompot owocowy 250ml ,	Pieczywo pszenno-żytnie H 100g (GLU, JAJ, MLE, *), Herbata 250ml b/c, Masło ex 20g (MLE), Połędwica drobiowa 50g (SOJ, *), Hummus 55g (1/2) (SEL, GOR, *), Serek kanapkowy śmietankowy 50g (MLE), Pomidor 60g, Sałata ziel. 20g, Posiłek nocny: Serek wiejski 200g (MLE), Dżem 1 szt. 25g ,
Wartości odżywcze: Energia: 2704.53 kcal; Energia: 11954.09 kJ; Białko ogółem: 121.09 g; białko zwierzęce: 126.86 g; białko roślinne: 34.48 g; Tłuszcz: 87.15 g; Węglowodany ogółem: 378.65 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 45.20 g; Sód: 2094.77 mg; Potas: 5835.47 mg; Wapń: 836.28 mg; Fosfor: 2083.36 mg; Błonnik pokarmowy: 34.16 g; suma cukrów prostych: 85.69 g; Woda: 1584.20 g; Popiół: 20.23 g;		
piątek 2024-04-12		
Dieta: GR. DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW VII		
Kawa inka z mlekiem 125ml (MLE), Herbata owocowa 125ml (GLU, SOJ, SEL, GOR), Makaron na mleku 300ml (GLU, JAJ, MLE), Pieczywo graham H 100g (GLU, MLE, *), Masło ex 20g (MLE), Jajko gotowane m 1 szt. (JAJ), Szynka gotowana 30g (SEL, GOR), Pomidor 60g, Sałata ziel. 20g, Banan 1 szt. , II Śniadanie: Budyń waniliowy B/C 200ml (GLU, JAJ, MLE, SEL, GOR, *),	Krupnik z ziel. pietruszką 400ml (GLU, MLE, SEL, *), Ryba w sosie selerowo- pietruszkowym 80/120 (GLU, RYB, SEL), Ziemniaczanka z ziel. pietruszką 400ml (GLU, MLE, SEL, *), Jarzynka po grecku 75g (GLU, SEL, *), Buraczki z jabłkiem z olejem gotowane 75g, Kompot owocowy 250ml ,	Herbata H 250ml, Pieczywo graham H 100g (GLU, MLE, *), Masło ex 20g (MLE), Połędwica drobiowa 50g (SOJ, *), Hummus 55g (1/2) (SEL, GOR, *), Ogórek św. 60g, Sałata ziel. 20g, Posiłek nocny: Serek wiejski 200g (MLE),
Wartości odżywcze: Energia: 2496.00 kcal; Energia: 11152.67 kJ; Białko ogółem: 115.19 g; białko zwierzęce: 122.76 g; białko roślinne: 30.18 g; Tłuszcz: 89.85 g; Węglowodany ogółem: 323.27 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 43.79 g; Sód: 1509.18 mg; Potas: 5781.07 mg; Wapń: 869.24 mg; Fosfor: 2029.15 mg; Błonnik pokarmowy: 34.91 g; suma cukrów prostych: 86.26 g; Woda: 1566.48 g; Popiół: 18.72 g;		
piątek 2024-04-12		
Dieta: GR. DIETA PŁYNNA IIIII		
Kasza manna na mleku w proszku z masłem i żółtkiem 500ml (GLU, JAJ, MLE), Kawa inka z mlekiem 125ml (MLE), Herbata owocowa 125ml (GLU, SOJ, SEL, GOR), II Śniadanie: Budyń waniliowy 200ml (GLU, JAJ, MLE, SEL, GOR, *),	Krupnik z ziel. pietruszką 400ml (GLU, MLE, SEL, *),	Zupa jarzynowa z mięsem i żółtkiem 500ml (JAJ, SEL), Posiłek nocny: Suchary z herbatą 150ml (GLU, JAJ, MLE, *),
Wartości odżywcze: Energia: 1386.29 kcal; Energia: 5714.46 kJ; Białko ogółem: 66.74 g; białko zwierzęce: 50.18 g; białko roślinne: 13.60 g; Tłuszcz: 59.62 g; Węglowodany ogółem: 187.67 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 23.37 g; Sód: 786.32 mg; Potas: 3249.58 mg; Wapń: 1043.91 mg; Fosfor: 1523.16 mg; Błonnik pokarmowy: 13.94 g; suma cukrów prostych: 45.67 g; Woda: 803.41 g; Popiół: 11.49 g;		
piątek 2024-04-12		
Dieta: GR. DIETA APLAZYJNA B/LAKTOZY IIII		
Makaron na mleku b/lakt 300ml (GLU, JAJ, MLE), Kawa inka z mlekiem b/lakt 125ml, Herbata owocowa 125ml (GLU, SOJ, SEL, GOR), Pieczywo pszenno-żytnie H 50g (GLU, JAJ, MLE, *), Pieczywo graham H 50g (GLU, MLE, *), Masło ex 20g (MLE), Jajko gotowane m 1 szt. (JAJ), Szynka gotowana 30g (SEL, GOR), Papryka św. 80g, Banan 1 szt. ,	Krupnik z ziel. pietruszką 400ml (GLU, MLE, SEL, *), Ryba w sosie selerowo- pietruszkowym 80/120 (GLU, RYB, SEL), Ziemniaczanka z ziel. pietruszką 400ml (GLU, MLE, SEL, *), Buraczki z jabłkiem z olejem gotowane 150g, Kompot owocowy 250ml ,	Herbata H 250ml, Pieczywo pszenno-żytnie H 50g (GLU, JAJ, MLE, *), Pieczywo graham H 50g (GLU, MLE, *), Masło ex 20g (MLE), Połędwica drobiowa 50g (SOJ, *), Ogórek św. 80g b/skórki, Hummus 55g (1/2) (SEL, GOR, *), Posiłek nocny: Serek wiejski b/lakt 200g (MLE), Dżem 1 szt. 25g ,
Wartości odżywcze: Energia: 2523.08 kcal; Energia: 11206.24 kJ; Białko ogółem: 106.65 g; białko zwierzęce: 110.91 g; białko roślinne: 33.49 g; Tłuszcz: 83.26 g; Węglowodany ogółem: 339.62 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 41.55 g; Sód: 1636.02 mg; Potas: 5479.77 mg; Wapń: 661.73 mg; Fosfor: 1848.46 mg; Błonnik pokarmowy: 33.69 g; suma cukrów prostych: 93.19 g; Woda: 1420.34 g; Popiół: 17.97 g;		


Urszula Przepióra
 dietetyk kliniczny